

***Successful Aging Lansia yang Tinggal di Panti Wreda:
Peran Resiliensi dan Hardiness***
(*Successful Aging of Elderly Who Live in Nursing Home:
The Role of Resilience and Hardiness*)

Timotius Iwan Susanto dan *Christiana Hari Soetjningsih
Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga, Indonesia
*soetji_25@yahoo.co.id

Abstrak

Lansia adalah individu yang berada pada tahap akhir rentang hidup manusia yang diharapkan dapat mencapai *successful aging*, termasuk lansia yang tinggal di panti wreda. Terdapat berbagai faktor yang memengaruhi *successful aging*. Dua prediktor penting yang diduga berhubungan dengan *successful aging* adalah resiliensi dan *hardiness*. Tujuan penelitian ini adalah membuktikan apakah resiliensi dan *hardiness* secara simultan dapat menjadi prediktor *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan data dikumpulkan dengan menggunakan Skala *Successful Aging*, Skala *CD-RISC*, dan Skala *Short Hardiness*. Partisipan dipilih secara *purposive sampling* dengan jumlah 26 lansia yang tinggal di Panti Wreda Salatiga. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan regresi berganda. Hasil analisis menunjukkan bahwa *successful aging* pada lansia dapat diprediksi oleh resiliensi ($\beta=0,498$; $p<0,05$) dan *hardiness* ($\beta=0,477$; $p<0,05$) secara simultan. Resiliensi dan *hardiness* secara simultan merupakan faktor penting untuk mencapai *successful aging* pada lansia yang tinggal di panti wreda. Implikasi hasil penelitian ini dibahas lebih lanjut oleh peneliti.

Kata kunci: *Successful aging*, resiliensi, *hardiness*, lansia, panti wreda

Abstract

Elderly are the individual who are at the last stage in the human life span who are expected to achieve successful aging, including the elderly who live in nursing home. There are various factors that affect successful aging. Two important predictors that are expected to be associated with successful aging are resilience and hardiness. The purpose of this study was to determine the effect of resilience and hardiness simultaneously to successful aging in elderly who live in nursing home. This study uses a quantitative approach and the data collected using the Successful Aging Scale, CD-RISC Scale, and Short Hardiness Scale. The participants was selected using purposive sampling with a total of 26 elderly who live in nursing home, Salatiga. The collected data were analyzed using multiple regression. The analysis showed that successful aging in the elderly can be predicted by resilience ($\beta=0.498$; $p<0.05$) and hardiness ($\beta=0.477$; $p<0.05$) simultaneously. The resilience and hardiness simultaneously are important factors to achieve successful aging in elderly who live in nursing home. The implications of the results of this study are discussed further by the researcher.

Keywords: *Successful aging*, resilience, *hardiness*, elderly, nursing home

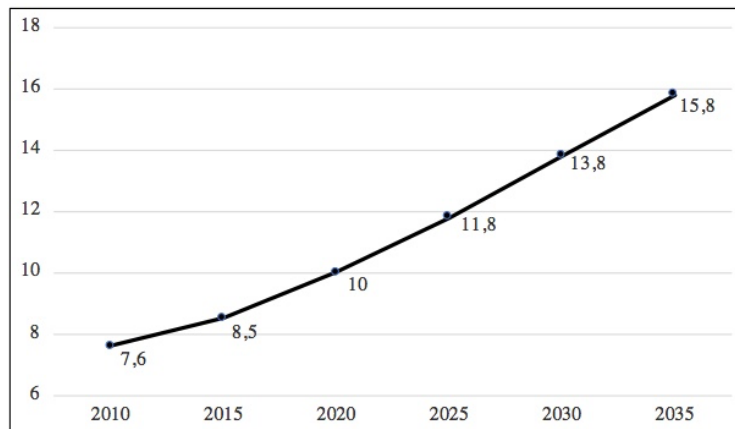
PENDAHULUAN

Berbagai laporan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) manusia yang berefek pada pertambahan jumlah lansia secara

drastis di dunia, termasuk di Indonesia. Bahkan, Indonesia termasuk ke dalam lima negara yang memiliki lansia dengan jumlah terbanyak (United

Nations, 2019). Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998, lanjut usia atau lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas, sedangkan dalam literatur Barat batasannya adalah 65 tahun ke atas (Soetjiningsih, Ralampi, & Amaheka, 2018). Badan Pusat Statistik (2020) mendata bahwa persentase penduduk lansia meningkat menjadi 9,78 persen di tahun 2020 dari

7,59 persen pada tahun 2010, sehingga pada tahun 2020 Indonesia berada dalam masa transisi menuju era *aging population* karena persentase penduduk lansia hampir mencapai 10 persen. Seperti dapat dilihat di gambar 1, Badan Pusat Statistik (2015) juga telah memprediksi bahwa kenaikan persentase penduduk lansia ini akan terjadi di tahun-tahun mendatang.



Gambar 1. Grafik persentase populasi penduduk lansia di Indonesia tahun 2010 sampai tahun 2035 (Sumber: Badan Pusat Statistik, 2015)

Peningkatan persentase jumlah lansia dapat membawa dampak positif maupun negatif. Peningkatan jumlah lansia akan berdampak positif apabila kondisi lansia tetap dalam keadaan sehat dan produktif, namun akan berdampak negatif apabila lansia berada dalam kondisi yang tidak sehat dan tidak produktif (Badan Pusat Statistik, 2015; Kemenkes RI, 2017; World Health Organization, 2018). Paradigma lama melihat lansia sebagai beban karena lansia dianggap sudah tidak mampu melakukan apa-apa lagi. Namun, dengan semakin majunya bidang kesehatan dan bidang-bidang lain yang berkaitan, muncul paradigma baru, yaitu lansia perlu berada dalam kondisi kesehatan yang tetap baik, produktif, dan bahagia. Menurut Rowe dan Kahn (dalam Soetjiningsih, Ralampi, & Amaheka, 2018), kondisi ini disebut *successful aging*. Pada kenyataannya, di tengah masyarakat masih terdapat stereotipe negatif tentang lansia, seperti kepikunan, kekakuan, dan tidak produktif. Berbagai stereotipe tentang lansia membuat mereka

memperoleh perlakuan yang kurang tepat, padahal stereotipe tersebut hanya didasarkan mitos dan tidak sesuai dengan fakta empiris (Julianti, 2013). Hal ini diperkuat pendapat Settersten dan Godlewski (2016) bahwa masih banyak orang yang bersikap negatif dengan menganggap lansia hanya menghabiskan waktu hidupnya tanpa menghasilkan sesuatu yang memiliki nilai manfaat.

Menyadari pentingnya *successful aging* bagi lansia, berbagai pihak perlu memberi perhatian pada aspek-aspek positif proses seseorang menjadi tua. Mengkaji aspek-aspek positif tersebut merupakan tren yang penting dalam perspektif perkembangan masa hidup dan akan menguntungkan bagi lansia generasi mendatang (Santrock, 2011). Menurut World Health Organization (2016), penting untuk menumbuhkan sikap positif terhadap penuaan karena sikap negatif hanya akan berefek pada hambatan fisik dan mental lansia. Oleh karena itu, memandang lansia dengan paradigma baru merupakan tantangan yang harus diwujudkan melalui berbagai

upaya oleh berbagai pihak, baik dari lansianya sendiri, keluarga, dan masyarakat. Selain itu, diperlukan juga peran negara dan pemerintah sudah menjadikan masalah ini menjadi semakin sentral dalam kebijakan nasional karena dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 dinyatakan bahwa pemerintah wajib menjaga kesehatan masyarakat lanjut usia agar tetap hidup sehat dan produktif secara sosial maupun ekonomi.

Menurut Crowther, Parker, Achenbaum, Larimore, dan Koenig (2002), *successful aging* merupakan kemampuan dalam mengelola empat karakteristik, yaitu: Meminimalisir risiko munculnya berbagai penyakit dan akibat yang berhubungan dengan penyakit tersebut, mengelola secara baik fungsi-fungsi fisik dan psikis, keterlibatan aktif dengan kehidupan, dan spiritualitas positif yang berkaitan dengan perspektif positif mengenai eksistensi dirinya dengan lingkungan, sesama, dan Tuhan. Keempat karakteristik tersebut saling berhubungan dan memengaruhi satu sama lain. Artinya, hambatan pada salah satu karakteristik akan menyebabkan munculnya hambatan pada karakteristik lainnya, sehingga pencapaian *successful aging* menjadi kurang optimal. Sebaliknya, apabila kondisi salah satu karakteristik tidak terhambat, maka akan berefek positif pada karakteristik lainnya, sehingga mendukung tercapainya *successful aging*.

Peningkatan rentang hidup usia lanjut harus diiringi dengan meningkatkan perhatian terhadap faktor-faktor yang berkontribusi terhadap *successful aging* agar dapat menjadi landasan dalam program-program peningkatan *successful aging*. Dari berbagai laporan, dapat dikatakan banyak pihak sudah melakukan berbagai upaya agar lansia mencapai *successful aging*, namun masih diperlukan upaya yang lebih komprehensif. Hal ini karena masih terdapat banyak lansia yang belum mencapai *successful aging*, padahal, menurut Santrock (2011), proses penuaan yang baik harus dimulai sejak awal kehidupan sampai dengan usia lansia yang berkaitan dengan kondisi fisik, kognitif dan sosial. Selain itu, faktor yang harus diperhatikan adalah berkaitan dengan kondisi kehidupan sehari-

hari para lansia, terutama berkaitan dengan status tinggalnya. Pada masa tuanya, terdapat lansia yang tinggal dengan anak/keluarga, tinggal sendiri (tidak dengan anak/keluarga), atau tinggal di panti wreda. Hasil penelitian Soetjiningsih, Ralampi, & Amaheka (2018) menunjukkan bahwa, dibandingkan dengan lansia yang tinggal dengan keluarga dan yang tinggal sendiri, lansia yang tinggal di panti wreda cenderung mengalami lebih banyak masalah kesehatan, penurunan fungsi kognitif dan fisik, serta hambatan aktivitas sosial. Selain itu, terdapat pula masalah yang berkaitan dengan kondisi panti wreda yang penuh keterbatasan dari segi dana dan program/kegiatan bagi para lansia, yang berefek pada pencapaian *successful aging* yang kurang optimal. Masih banyak orang yang beranggapan bahwa panti wreda merupakan tempat penantian kematian, sehingga tidak perlu mendapat kegiatan-kegiatan positif untuk pengembangan diri (Ibrahim, 2016). Padahal, menurut Santrock (2011), individu tetap perlu dikembangkan di sepanjang rentang hidupnya. Jadi, seperti halnya lansia lainnya, maka lansia tinggal di panti wreda yang jumlahnya juga semakin meningkat diharapkan dapat memiliki kualitas hidup yang lebih baik sehingga mencapai *successful aging* juga. Oleh karena itu, studi mengenai *successful aging* pada lansia yang tinggal di panti wreda menjadi penting untuk dilakukan dan menjadi fokus dalam penelitian ini.

Hasil observasi dan wawancara dengan para lansia yang dilakukan oleh penulis di Panti Wreda Salib Putih Salatiga menunjukkan *successful aging* yang bervariasi. Hal ini nampak dari beberapa indikator yang ditemukan peneliti. *Pertama*, dari sisi kesehatan fisik terdapat beberapa lansia yang mengalami penurunan kondisi fisik dan menyebabkan kesulitan beraktifitas, misalnya sulit berjalan sendiri sehingga membutuhkan alat pendukung ataupun orang lain dan menderita penyakit tertentu walaupun masih bisa mandiri. Namun, beberapa lansia lainnya, secara umum, tampak relatif sehat karena tidak memiliki penyakit berat. *Kedua*, dari sisi fungsi kognitif, sebagian lansia penghuni panti wreda kurang berminat melakukan aktivitas, kesulitan

berkomunikasi karena penurunan fungsi kognitif yang menyebabkan sulit mengingat kejadian masa lampau maupun yang baru saja terjadi. Namun, sebagian lansia yang lain masih memiliki daya ingat yang cukup baik. *Ketiga*, dari sisi sosial, meskipun kebanyakan para penghuni panti gembira dan semangat saat beraktivitas bersama, namun sebagian terdapat sebagian lansia yang tidak ingin berbaur dengan penghuni lainnya dengan berbagai alasan, seperti menghindari terjadinya konflik maupun tidak memiliki kesamaan pendapat. *Keempat*, dari sisi spiritualitas, terdapat sebagian di antara para penghuni panti yang dapat menerima keadaan yang membuat mereka harus berada di panti wreda, tetapi terdapat sebagian lansia yang masih merasa tertolak oleh keluarga, sering mengeluh, kesepian, merasa putus asa, dan ingin segera dipanggil Tuhan.

Kondisi lain yang berkaitan dengan pencapaian *successful aging* adalah berkaitan dengan perawatan/ bantuan staf pengasuh. Walaupun secara umum para lansia merasa berterima kasih karena dirawat dan dibantu serta menyadari sangat membutuhkan bantuan dari staf pengasuh, namun karena mungkin sedang dalam kondisi stres kadang kala merasa kurang diperhatikan, sedih atau marah bila ditegur karena sesuatu hal yang kurang sesuai, tidak puas dengan apa yang sudah disediakan pengasuh, dilarang melakukan sesuatu, serta merasa pengasuh bertindak tidak adil atau berbeda dengan lansia lainnya.

“Di sini makan sudah disediakan, baju dicucikan, juga mbak A dan mbak B (staf/pengasuh) itu baik. Tapi bosan bu. Makanannya itu-itu saja dan kadang kurang mirosos.” (Ibu M, 65 tahun)
 “Saya suka jengkel bu. Mbak A (staf/pengasuh) itu kalau dengan bu X baik, tapi kalau dengan saya itu beda. Nggak diperhatikan.” (Ibu S, 71 tahun).

Dari situasi dan kondisi lansia di panti wreda dan reaksi yang ditunjukkan, yaitu terdapat lansia yang bisa menghadapi dan terdapat lansia yang kurang atau tidak bisa menghadapi, tampak terdapat kekurangmampuan dalam menerima keadaan dan sikap frustrasi yang tinggi. Penerimaan seseorang terhadap keadaannya terkait dengan resiliensi

seseorang, sedangkan frustrasi terkait dengan *hardiness*. Terdapat beberapa lansia yang tidak mau berbicara dengan sesama penghuni lainnya dan menganggap lansia yang lain tidak tahu apa-apa, sehingga berakibat pada kurangnya keterlibatan sosial dan memengaruhi *successful aging* dirinya. Ketidakmampuan beberapa lansia untuk menerima orang lain mengindikasikan resiliensi yang kurang baik.

Resiliensi berkaitan dengan kualitas pribadi yang membantu individu menyesuaikan diri secara positif dengan kegagalan dan mencari solusi untuk bangkit lagi ketika menghadapi stres atau masalah (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi mencakup beberapa aspek, yaitu: 1) Kompetensi pribadi, standar tinggi, dan keuletan, 2) Keyakinan terhadap insting, toleransi terhadap afek negatif, dan tetap kuat walau ada efek stres, 3) Penerimaan positif terhadap perubahan dan dapat membina relasi yang aman dengan orang lain, 4) Kontrol diri, dan 5) Spiritualitas (Connor & Davidson, 2003; Guzmán, Martín, Falcón, & Sierra 2019). Menurut Richardson (2002), resiliensi merupakan indikator bahwa individu mengalami kesejahteraan psikologis dalam perkembangan hidupnya. Resiliensi pada lansia berperan sebagai motivator dan mendorong sisi positif kesejahteraan yang mengarah pada kehidupan masa tua yang baik, dan telah dibuktikan secara empiris menjadi prediktor signifikan *successful aging* (Bauer & Park, 2010; Gillham, Adams-Deutsch, Werner, Reivich, Coulter-Heindl, Linkins, & Seligman, 2011; Proctor, Maltby, & Linley, 2011; Boero, De Francesco, Vizzuso, & Dessì 2017). Bagi lansia, terutama yang tinggal di panti wreda, resiliensi merupakan faktor penting karena merupakan penyangga menghadapi perasaan kesepian, stres, dan depresi yang mungkin muncul sebagai akibat berbagai masalah saat tinggal di panti wreda. Hal ini sesuai dengan pendapat Amir dan Kant (2018), serta Apneseth, Wahl, dan Hollnagel (2018) bahwa resiliensi merupakan kemampuan lentur individu saat berhadapan dengan masalah atau stresor dalam kehidupannya. Menurut Wu, Ying, dan Lin (2014), untuk lansia yang menderita trauma, depresi, atau

kesepian, resiliensi merupakan mekanisme koping utama untuk melindungi mereka dari gangguan kronis seperti depresi, PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) dan respons stres yang maladaptif. Stresor paling umum yang datang seiring dengan penuaan adalah kesepian, isolasi, kehilangan tujuan, kemandirian, dan perubahan dalam kesehatan dan kemampuan fisik di mana kemampuan untuk bertahan dalam berbagai pola memperkuat mereka secara internal untuk menghadapi kesulitan hidup (Canda, Nakashima, & Furman, 2004).

Selain resiliensi yang kurang optimal, sebagian lansia juga tampak kurang memiliki *hardiness* dalam menghadapi situasi sehari-hari di panti wreda. Saat melakukan kegiatan bersama, terdapat beberapa lansia yang tidak menyelesaikan tugasnya tanpa alasan yang jelas, pasif, tidak semangat, kurang berusaha, dan mengatakan tidak bisa. Komitmen yang sangat kurang mengindikasikan *hardiness* yang kurang baik. *Hardiness* merupakan karakteristik pribadi yang memiliki sifat tahan banting (Bartone, 2012). *Hardiness* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk dapat memahami kondisi lingkungan eksternal dan keputusan yang diinginkan dalam upaya untuk meningkatkan kualitas diri. *Hardiness* mencakup tiga komponen, yaitu: 1) komitmen (*commitment*) yang merupakan kemampuan dalam keterlibatan aktivitas apapun yang harus dihadapinya dan keyakinan bahwa hidupnya berfokus pada makna dan tujuan yang jelas, 2) kontrol (*control*) yang merupakan keyakinan bahwa apa yang dilakukan dan terjadi pada dirinya akan memengaruhi dirinya dan orang lain, dan 3) tantangan (*challenge*) yang merupakan keyakinan bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengubah dan melihat masalah sebagai suatu peluang atau kesempatan untuk mengalami pertumbuhan dan perkembangan (Bartone, 2012). Menurut Hasanvand, Khaledian, Hassanpour, dan Sohrab (2013), individu yang memiliki *hardiness* rendah lebih berisiko terhadap faktor-faktor yang bersifat patologis dalam periode jangka panjang. Di sisi lain, individu dengan *hardiness* yang tinggi mempunyai ketahanan alami terhadap faktor stres.

Menurut Santrock (2011), masa lansia adalah masa hidup manusia yang tidak mudah dan perlu melakukan berbagai penyesuaian karena terjadi berbagai perubahan baik secara fisiologis, kognitif, dan sosio-emosional. Ketergantungan pada lingkungan dan sanak keluarga seringkali menjadikan sebagian lansia sulit untuk mengembangkan diri dan menjadi masalah tersendiri bagi lingkungan. Semakin merasa lemah dan tidak berdaya membuat kemunduran lansia menjadi semakin cepat menghampiri, yang kemudian memengaruhi *successful aging* dirinya. Jadi, berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa resiliensi dan *hardiness* merupakan prediktor yang penting dan sangat dibutuhkan lansia untuk mencapai *successful aging* dirinya.

Berdasarkan penelusuran penulis, belum banyak dijumpai penelitian yang menguji peran resiliensi dan *hardiness* secara simultan dengan *successful aging*, terutama dengan partisipan lansia yang tinggal di panti wreda. Beberapa penelitian mengaitkan *successful aging* dengan resiliensi (Jeste, Savla, Thompson, Vahia, Glorioso, Martin, & Depp, 2013; Ralampi & Soetjiningsih, 2019), *hardiness* (Amaral & Soetjiningsih, 2019), *self-esteem* (Amaheka & Soetjiningsih, 2019; Hyun, Ju, & Sok, 2012), dan status tempat tinggal (Soetjiningsih, Ralampi, & Amaheka, 2018). Riset-riset yang berkaitan dengan kedua variabel tersebut kebanyakan bersifat parsial dan dengan partisipan lansia yang tinggal sendiri atau lansia yang tinggal dengan anak atau keluarganya. Selain itu, menurut Fry dan Debats (2010), penelitian yang mengkaji aspek positif seperti resiliensi dan kesejahteraan lansia masih diperlukan karena penelitian sebelumnya lebih berfokus pada kelemahan atau disfungsi pada lansia daripada pada kekuatannya. Diharapkan analisis secara simultan atas resiliensi dan *hardiness* sebagai prediktor *successful aging* ini dapat menunjukkan hasil yang lebih komprehensif dibandingkan analisis secara parsial (Schroeder, Sjoquist, & Stephan, 2017). Berdasarkan hasil riset sebelumnya dan alasan praktis, maka penelitian ini akan menguji peran resiliensi dan *hardiness* secara simultan pada *successful aging* lansia di panti wreda.

Dengan melihat peran resiliensi dan *hardiness* secara simultan, diharapkan pencapaian *successful aging* pada lansia dapat semakin baik. Lansia yang resiliensinya tinggi akan memiliki sifat sabar, memiliki daya toleransi terhadap perasaan yang negatif, dan dapat beradaptasi terhadap perubahan. Kondisi ini ditambah dengan *hardiness* tinggi, yaitu kemampuan menghadapi masalah dan memiliki ketahanan stres akan memiliki *successful aging* yang lebih baik pula. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah resiliensi dan *hardiness* secara simultan berperan sebagai prediktor *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda. Tujuan penelitian ini adalah menguji resiliensi dan *hardiness* secara simultan sebagai prediktor *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif-korelasional dengan tiga variabel, yaitu: Resiliensi dan *hardiness* sebagai variabel prediktor dan *successful aging* sebagai variabel outcome. Partisipan dalam penelitian ini merupakan lansia yang tinggal di Panti Wreda Salib Putih Salatiga. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan karakteristik partisipan, yaitu berusia 60 tahun ke atas, bisa berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden penelitian ini.

Pengumpulan data menggunakan skala resiliensi, skala *hardiness*, dan skala *successful aging* yang dilakukan mulai Mei hingga Juli 2019 oleh tim peneliti di bawah pengawasan seorang psikolog. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membacakan skala penelitian kepada responden. Penyusunan dan modifikasi skala dilakukan terhadap jumlah dan bunyi butir pertanyaan disesuaikan dengan kondisi lansia di panti wreda tempat penelitian. Penyusunan alat ukur melalui proses *expert judgment* oleh psikolog. Ketiga skala ini menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu: Sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Seleksi butir dilakukan sesudah dilakukan uji daya diskriminasi menggunakan

corrected item-total correlation dengan batasan $rit > 0,30$ (Azwar, 2018) dan selanjutnya dilakukan uji reliabilitas. Berdasarkan hasil uji daya diskriminasi dan uji reliabilitas dapat disimpulkan bahwa alat ukur memenuhi syarat untuk digunakan. Skala *successful aging*, dikembangkan oleh penulis dengan merujuk konsep *successful aging* oleh Crowther, dkk. (2002). Skala ini terdiri dari 10 butir *favorable* ("Saya mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri"). Indeks daya diskriminasi bergerak dari 0,365-0,855 dan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,819$. Skala resiliensi CD-RISC (*Connor-Davidson Resilience Scale*) dari Connor dan Davidson (2003). Skala ini terdiri dari 10 butir *favorable* ("Saya belajar dari pengalaman masa lalu"). Indeks daya diskriminasi bergerak dari 0,532-0,872 dan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,918$. *Short Hardiness Scale (SHS)* dari Bartone (2012). Skala ini terdiri dari 10 butir *favorable* ("Saya menerima perubahan-perubahan yang terjadi dalam hidup saya"). Indeks daya diskriminasi bergerak dari 0,441-0,812 dan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,893$.

Hipotesis penelitian diuji menggunakan uji regresi linier berganda. Sebelumnya dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas, linieritas, multikolinieritas, dan heterokedastisitas. Semua perhitungan dilakukan menggunakan SPSS 25.

HASIL

Partisipan penelitian ini berjumlah 26 lansia yang tinggal di Panti Wreda Salib Putih Salatiga, dan berusia antara 60 sampai 91 tahun ($M = 70$ tahun), terdiri dari 10 orang lansia pria dan 16 orang lansia wanita. Berdasarkan hasil analisis statistik diperoleh skor rata-rata untuk *successful aging* sebesar $M = 20,81$ ($SD = 4,44$), untuk resiliensi sebesar $M = 19,5$ ($SD = 3,54$), dan untuk *hardiness* sebesar $M = 18,35$ ($SD = 3,94$). Gambaran deskriptif dengan menggunakan skor hipotetik untuk tiap variabel dapat dilihat pada tabel 1.

Berdasarkan tabel 1, disimpulkan bahwa sebagian besar lansia (57,7 %) pada penelitian ini memiliki skor *successful aging* pada kategori sedang dan kategori rendah sebanyak 11 (42,3%) lansia. Tidak ada partisipan dengan skor *successful aging* kategori

tinggi. Untuk skor resiliensi, sebagian besar yaitu 15 (57,7 %) lansia memiliki skor resiliensi pada kategori rendah dan kategori sedang sebanyak 11 (42,3%) lansia. Tidak ada partisipan dengan skor resiliensi kategori tinggi. Pada *hardiness*, sebagian besar yaitu 14 (53,8 %) lansia memiliki skor *hardiness* pada kategori sedang dan kategori rendah sebanyak 12 (46,2%) lansia. Tidak ada partisipan dengan skor *hardiness* kategori tinggi.

Sebelum melakukan uji korelasi dan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji asumsi. Uji normalitas untuk data residual variabel *hardiness*, resiliensi dan *successful aging* dengan menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov, menunjukkan hasil nilai K-SZ = 0,653 dan nilai signifikansi sebesar 0,787 ($p > 0,05$) yang berarti data berdistribusi normal. Uji linieritas dengan menggunakan Anova untuk

variabel resiliensi dan *successful aging* menunjukkan *deviation for linearity* (F beda) = 0,973 dengan nilai signifikansi = 0,498 ($p > 0,05$), yang berarti kedua variabel memiliki hubungan linier. Demikian pula pada uji linieritas antara *successful aging* dan *hardiness* menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel adalah linier dengan nilai F beda=0,323 dan nilai signifikansi=0,966 ($p > 0,05$). Uji Multikolinearitas berdasarkan nilai *collinearity tolerance* dan *variance inflation factor* (VIF) nya, menunjukkan tidak terjadi gejala multikolinearitas karena kedua variabel, yaitu resiliensi dan *hardiness* memiliki nilai *collinearity tolerance* sebesar 0,153 ($p \geq 0,10$) dan nilai VIF sebesar 6,554 ($VIF \leq 10,00$). Uji Heteroskedastisitas berdasarkan diagram pencar menunjukkan data tidak mengalami heteroskedastisitas karena titik-titik menyebar tidak beraturan.

Tabel 1. Kategorisasi skor *Successful Aging*, *Resiliensi*, dan *Hardiness*

Interval	Kategori	Frekuensi		
		<i>Successful aging</i>	Resiliensi	<i>Hardiness</i>
$10 \leq x < 20$	Rendah	11	15	12
$20 \leq x < 30$	Sedang	15	11	14
$30 \leq x \leq 40$	Tinggi	0	0	0

Tabel 2. Hasil Uji Signifikansi Parsial dengan *successful aging* sebagai prediktor

Variabel	B	Standart Error	β	t	p
<i>Constant</i>	-1,235	1,555		-0,794	0,435
Resiliensi	0,625	0,197	0,498	3,163	0,004
<i>Hardiness</i>	0,538	0,177	0,477	3,034	0,006

Hasil uji regresi berganda menunjukkan $F = 120,872$ ($p < 0,05$), yang bermakna resiliensi dan *hardiness* secara simultan dapat memprediksi *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda. Nilai koefisien determinasi $R^2 = 0,913$ berarti resiliensi dan *hardiness* memberikan sumbangan efektif 91,3% pada *successful aging*, sedangkan sisanya sebesar 8,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dari hasil pengujian parsial (tabel 2), dapat dilihat bahwa resiliensi memiliki koefisien regresi standar $\beta = 0,498$ ($p < 0,05$) dan *hardiness* memiliki koefisien regresi standar $\beta = 0,477$ ($p < 0,05$). Sumbangan efektif resiliensi

terhadap *successful aging* lebih besar daripada *hardiness*.

DISKUSI

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di tempat penelitian ini memiliki resiliensi dan *hardiness* pada kategori rendah dan sedang, demikian pula *successful aging*nya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi dan *hardiness* secara simultan berperan sebagai prediktor pencapaian *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda, dan kedua variabel memberi sumbangan sebesar 91,3%. Tinggi rendahnya resiliensi dan *hardiness* secara simultan

dapat digunakan untuk memprediksi tinggi rendahnya *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa peningkatan *successful aging* lansia yang tinggal di panti wreda dapat lebih optimal apabila lansia memiliki kedua factor tersebut, yaitu resiliensi dan *hardiness*, daripada bila hanya memiliki salah satu. Oleh karena itu upaya peningkatan sebaiknya juga mencakup keduanya, yaitu reliensi dan *hardiness*. Menurut Schroeder, Sjoquist, dan Stephan (2017), sebagian besar peneliti sepakat bahwa menggunakan lebih dari satu prediktor yang berpotensi menjelaskan kriteria dapat memberi gambaran yang lebih lengkap karena perilaku, sikap, perasaan, dan sebagainya ditentukan oleh beberapa variabel bukan hanya satu.

Ada berbagai faktor yang memengaruhi pencapaian *successful aging* lansia, termasuk lansia yang tinggal di panti wreda. Namun, berkaitan dengan kondisi lansia dan kondisi panti wreda pada umumnya, pencapaian *successful aging* dimungkinkan menjadi lebih besar bila lansia memiliki keduanya, yaitu resiliensi dan *hardiness*. Adrianisah dan Septiningsih (2013) mengatakan bahwa dalam mengatasi berbagai permasalahan dalam kehidupan, resiliensi seseorang dapat membantu dalam pencapaian *successful aging* di masa tuanya. Juga penelitian yang dilakukan Jeste dkk. (2013) menunjukkan bahwa resiliensi memiliki korelasi positif dan signifikan dengan *successful aging*. Lansia yang memiliki resiliensi akan berusaha mengatasi dan menemukan jalan keluar saat mengalami stres atau mengalami masalah yang pada akhirnya membantu lansia untuk mencapai *successful aging*. Weintraub, Powell, dan Whitla (dalam Santrock, 2011) menyatakan bahwa proses *successful aging* membutuhkan usaha-usaha dan keterampilan mengatasi masalah. Boero dkk. (2017) menyatakan bahwa resiliensi merupakan faktor pelindung *successful aging* pada lansia karena resiliensi dapat memprediksi kebahagiaan yang lebih besar, depresi yang lebih rendah, kepuasan hidup yang lebih tinggi, dan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Ketahanan cenderung meningkat di usia tua, bukannya menurun, bertindak

sebagai mediator untuk mencapai adaptasi yang berhasil, atau dikenal sebagai *successful aging*.

Peningkatan *successful aging* sebagai efek dari adanya resiliensi akan lebih optimal apabila ditambah *hardiness*. Menurut Cyrillus (dalam Amaral dan Soetjiningih, 2019), terdapat korelasi yang signifikan antara variabel *hardiness* dan pencapaian *successful aging* pada lansia. Lansia di panti wreda yang memiliki *hardiness* dimungkinkan untuk mencapai *successful aging* meskipun dihadapkan dengan beberapa permasalahan yang dapat berefek pada munculnya stres di masa lansia. Hal ini sesuai dengan pendapat Menon dan Yogeswarie (2015) bahwa individu yang memiliki *hardiness* cenderung mampu untuk menunjukkan sikap lebih tahan terhadap stres ketika dihadapkan pada suatu masalah. *Hardiness* sangat membantu para lansia yang tinggal di panti wreda untuk lebih mandiri dengan memenuhi kebutuhannya sendiri baik secara fisik, sosial maupun mental, dan juga lansia menjadi lebih aktif dengan lingkungannya. Selain itu, dengan *hardiness*, perubahan sosial, fisik, kognitif, dan sosial yang dialami oleh lansia dapat dijalani dengan kesiapan, penerimaan, dan kemampuan bertahan, sehingga tidak menjadi sumber stress yang menghambat pencapaian *successful aging* dirinya.

Lansia dengan resiliensi dan *hardiness* yang kurang maka pencapaian *successful aging* dirinya juga dapat kurang optimal. Beragam masalah dapat dialami para lansia karena kondisi panti wreda tempat partisipan penelitian tidak berbeda jauh dengan kondisi panti wreda pada umumnya. Sesuai hasil penelitian Julianti (2013) serta Soetjiningih, Ralampi, dan Amaheka (2018), Sebagian besar panti wreda berada dalam kondisi minim fasilitas dan kegiatan yang kemudian sering memunculkan masalah ketidakpuasan pada lansia. Kondisi yang demikian dapat berefek pada pencapaian *successful aging* yang kurang bila resiliensi dan *hardiness*nya kurang. Resiliensi dan *hardiness* yang kurang berefek pada munculnya sikap pasif pada lansia, kurang semangat, munculnya keluhan-keluhan seperti bosan atau tidak puas dengan menu makanan yang disajikan dan keterbatasan kondisi ruangan atau kamar, cekcok

dengan lansia lain sesama penghuni panti, dan merasa kurang mendapat perhatian dan bantuan dari para pengasuh/staf.

Kondisi dan permasalahan lain yang dialami para lansia, seperti yang dikemukakan oleh Santrock (2011), berkaitan dengan perubahan fisik, kognitif, dan sosio-emosinya. Perubahan-perubahan ini dapat berefek pada kondisi fisik yang melemah dan memiliki penyakit tertentu, fungsi kognitif yang menurun, serta berkurangnya mobilisasi, aktivitas/kegiatan, dan relasi sosial dengan lingkungannya. Selain itu, adaptasi terhadap perubahan serta stress lingkungan sering menyebabkan lansia kehilangan kemampuan untuk hidup mandiri karena keterbatasan mobilitas, sakit kronis, kelemahan atau masalah mental atau fisik lainnya, dan memerlukan beberapa bentuk perawatan jangka panjang. Apabila lansia memiliki resiliensi dan *hardiness*, perubahan-perubahan ini tidak berefek buruk karena lansia dapat mengelola dan mengatasi masalah-masalah yang muncul dengan baik. Sebaliknya, apabila lansia yang tinggal di panti wreda tidak atau kurang memiliki resiliensi dan *hardiness*, maka lansia tersebut berisiko mengalami kesulitan dalam mencapai *successful aging*. Hal ini dikarenakan rendahnya resiliensi berefek pada rendahnya kemampuan beradaptasi terhadap masalah yang sedang dialaminya, sehingga kurang memiliki semangat untuk bangkit dari kesulitan yang sedang dihadapinya, cenderung mengalami stres, dan mengalami gangguan emosi dan perilaku. Kondisi ini dapat menjadi lebih berat bila ditambah dengan *hardiness* yang kurang, tampak dari mudah putus asa dan kurang berusaha dalam menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan atau tidak menguntungkan dengan cara mengubah permasalahan yang sedang dihadapi menjadi sebuah peluang yang positif untuk dapat tumbuh dan berkembang.

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan bagi lansia yang tinggal di panti wreda untuk mengembangkan resiliensi dan *hardiness* dengan bantuan ahli agar dapat membantu pencapaian *successful aging*. Lembaga atau panti wreda dapat meningkatkan resiliensi dan *hardiness* lansia secara lebih optimal melalui latihan-latihan agar lansia dapat

menyesuaikan diri dengan kondisi masa lansia yang memang mengalami banyak perubahan dan kondisi panti yang memang masih terbatas dari segi pendanaan, fasilitas, dan kegiatan/program. Bagi pemerintah, perlu ada kebijakan untuk peningkatan kesejahteraan lansia panti wreda agar lansia dapat tetap mencapai *successful aging*, dan kebijakan peningkatan resiliensi dan *hardiness* bagi individu pra lansia. Selain itu, diperlukan kebijakan yang lebih komprehensif dan terintegrasi bagi kelompok usia dini hingga usia lanjut, karena seperti dikemukakan oleh Zhang, Liu, dan Wu (2018) bahwa untuk mencapai *successful aging* diperlukan pemberian stimulasi yang sesuai dimulai sejak awal kehidupan dan terus dilakukan di sepanjang rentang kehidupan individu baik oleh individu sendiri maupun dukungan dari lingkungannya. Penelitian selanjutnya dapat mengaitkan dengan variabel lain yang memengaruhi dan dengan unit analisis keluarga lansia, *caregiver*, atau staf pengasuh panti wreda serta menggunakan partisipan penelitian yang lebih besar agar peneliti dapat memperoleh data yang lebih banyak dan representatif.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu terbatasnya jumlah penghuni lansia di panti wreda di Salatiga yang memenuhi kriteria partisipan penelitian, yaitu berusia 60 tahun ke atas dan bisa berkomunikasi dengan lancar.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan resiliensi dan *hardiness* secara simultan terhadap pencapaian *successful aging* lansia di panti wreda. Hal ini berarti resiliensi dan *hardiness* secara bersama berperan sebagai prediktor *successful aging* lansia di panti wreda. Makin tinggi tingkat resiliensi dan *hardiness* lansia di panti wreda maka makin tinggi pula *successful aging*nya, dan sebaliknya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Indonesia yang telah menjadi sponsor dalam Penelitian Hibah Tesis Magister tahun 2019/2020

berkaitan dengan topik *successful aging* lansia yang mana jurnal ini merupakan salah satu luarannya. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada pengurus Panti Wreda Salib Putih Salatiga dan para lansia yang bersedia menjadi partisipan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrianisah, M. N., & Septiningsih, D. S. (2013). Penelitian tentang *successful aging*: Studi tentang lanjut usia yang anak dan keluarganya tinggal bersama. *Psycho Idea*, 11(1), 1693-1076.
- Amaheka, B. G. A., & Soetjningsih, C. H. (2019). Self-esteem dan hardiness sebagai prediktor *successful aging* lansia yang tinggal sendiri. *Jurnal Media Psikologi*, 5(1), 30-39.
- Amaral, F. M., & Soetjningsih, C. H. (2019). *Successful aging of elderly people in low economic status who are still working and it is related to daily activities and hardiness. Psikodimensia*, 18(1), 28-36.
- Amir, S., & Kant, V. (2018). Sociotechnical resilience: A preliminary concept. *Risk Analysis*, 38(1), 8–16.
- Apneseth, K., Wahl, A. M., & Hollnagel, E. (2018). *Measuring resilience in integrated planning*. In Oil and Gas, Technology and Humans (hal. 145–162). CRC Press.
- Azwar, S. (2018). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bartone, P. (2012). Psychological hardiness and coping style as risk/resilience factors for alcohol abuse. *Military Medicine*, 177(5), 517-524.
- Bauer, J. J., & Park, S. W. (2010). Growth is not just for the young: Growth narratives, eudaimonic resilience, and the aging self. *New Frontiers in Resilient Aging*, 60–89.
- Boero, M. E., De Francesco, A., Vizzuso, P., & Dessì, S. (2017). An Observational Study on the Factors of Successful Aging in a Sample of Nonagenarian Patients in a Rehabilitation Hospital Complex. *Journal of Population Ageing*, 10, 403–416.
- Badan Pusat Statistik. (2015). *Statistik penduduk lanjut usia 2015*. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia. Diakses dari: <https://www.bps.go.id/publication>.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Statistik penduduk lanjut usia 2020*. Jakarta: Badan Pusat Statistik Indonesia. Diakses dari: <https://www.bps.go.id/publication>.
- Canda, E. R., Nakashimay, M., & Furman, L. D. (2004). Ethical considerations about spirituality in social work: insights from a national qualitative survey. *Families in society: The journal of contemporary human services*, 85(1). DOI: 10.1606/1044-3894.256.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82.
- Crowther M. R, Parker M. W., Achenbaum W. A., Larimore W. L., & Koenig H. G. (2002). Rowe and Kahn's model of successful aging revisited: positive spirituality-the forgotten factor. *The Gerontologist*, 42(5), 613-620.
- Fry, P. S., & Debats, D. L. (2010). Sources of human life-strengths, resilience, and health, in eds New Frontiers in *Resilient Aging: Life-Strengths and Well-Being in Late Life*, eds Fry P. S., Keyes C. L. M. (Cambridge: Cambridge University Press), 15–59.
- Gillham, J., Adams-Deutsch, Z., Werner, J., Reivich, K., Coulter-Heindl, V., Linkins, M., & Seligman, M. E. P. (2011). Character strengths predict subjective well-being during adolescence. *The Journal of Positive Psychology*, 6, 31–44.
- Guzmán, C. G., Martín, M. B. G., Falcón, J. S., & Sierra, M. A. (2019). Psychometric Properties of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) on Vulnerable Colombian Adolescents. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 19(3), 277–289.
- Hasanvand, B., Khaledian, M., Hassanpour, & Sohrab. (2013). The relationship of psychological hardiness with workalcoholism. *International Letters of Social and Humanistic Sciences*, 5, 1-9.

- Hyun, C. N., Ju, S. E., & Sok, S. R. (2012). Factors influencing the successful aging of older Korean adults. *Contemporary Nurse*, 41(1), 78–87. doi:10.5172/conu.2012.41.1.78
- Ibrahim, J. (2016). *God's waiting room? Life needs to be valued in nursing homes*. Diakses dari: <https://theconversation.com/gods-waiting-room-life-needs-to-be-valued-in-nursing-homes-59980>
- Jeste, D. V., Savla, G. N., Thompson, W. K., Vahia, I. V., Glorioso, D. K., Martin, A. S., & Depp, C. A. (2013). Association between older age and more successful aging: critical role of resilience and depression. *American Journal of Psychiatry*, 170(2), 188–196. DOI:10.1176/appi.ajp.2012.12030386
- Julianti, S. (2013). Kekerasan struktural terhadap orang lanjut usia sebagai hasil dari konstruksi sosial yang merendahkan. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 9(1), 67-79.
- Kemkes RI. (2017). Analisis lansia di Indonesia. Jakarta: Pusat Data Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Menon, P., & Yogeswarie. (2015). Sociability, hardiness and resilience in mothers of differently able children. *International Journal of Scientific Research*, 4, 533–535
- Proctor, C. L., Maltby, J., & Linley, P.A. (2011). Strengths use as a predictor of well-being and health-related quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 12(1), 153-169. DOI: 10.1007/s10902-009-9181-2.
- Ralampi, D. A., & Soetjiningsih, C. H. (2019). Keberhargaan diri dan resiliensi sebagai prediktor successful aging lansia di panti wreda. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 6(1), 102–116. <https://doi.org/10.24854/jpu89>
- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307- 321.
- Santrock, J. (2011). *Life-span development*. 13th ed. New York: McGraw Hill, Inc.
- Schroeder, L. D; Sjoquist, D. L.; & Stephan, P. L. (2017). *Understanding Regression Analysis: An Introductory Guide*. California: Sage Publishing.
- Settersten, R. A., Godlewski, B. (2016). Concepts and theories of age and aging, in *Handbook of theories of aging*, 3rd Edn, eds Bengtson V. L., Settersten R. A. (New York, NY: Springer Publishing Company, LLC;), 9–26.
- Soetjiningsih, C. H., Ralampi, D. A., & Amaheka, B. G. H. (2018). *Potret lansia: Successful aging*. Jakarta: Prenada Media.
- United Nations. (2019). *World population prospects 2019: Highlights report*. New York: United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division.
- World Health Organization. (2016). *Discrimination and negative attitudes about ageing are bad for your health*. Diunduh dari <https://www.who.int/news/item/29-09-2016-discrimination-and-negative-attitudes>
- World Health Organization. (2018). Ageing and health. Diunduh dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- Wu, X., Ying, L., & Lin, C. (2014). Traumatic severity and trait resilience as predictors of posttraumatic stress disorder and depressive symptoms among adolescent survivors of the wenchuan earthquake. *Journal PlosOne*, 9(2), e89401. doi: 10.1371/journal.pone.0089401
- Zhang, W., Liu, S., & Wu, B. (2018). Defining successful aging: Perceptions from elderly Chinese in Hawai'i. *Journal of Gerontology & Geriatric Medicine*, 4, 1-7. DOI: 10.1177/2333721418778182
- Naskah masuk : 21 Mei 2021
Naskah diterima : 22 Juni 2021